

10月号

子育て支援センターだより

— 令和8年10月1日 —



栗の意外なひみつ！

秋の味覚の代表の栗。

とげとげのイガの中にツヤツヤした栗が入っています。実は私たちが皮だと思って剥いている

硬い鬼皮が「果実（実）」にあたります。

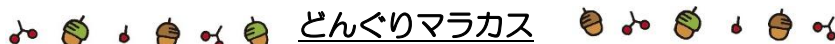
私たちが美味しく食べている黄色い部分は、なんと「種（タネ）」なんだそうです。

「大きなタネを食べているんだね」とお話ししながら、秋の味覚を味わうのも楽しいですね。また、栗には風邪予防に効果的なビタミンCがたっぷり入っています。しかも栗のビタミンCはデンプンに守られているため熱に強く、茹でて栄養が逃げない優れたものです。

◆ 平泉町子育て支援センター ◆

朝晩の涼しい風や、虫の声に確かな秋の訪れを感じます。
季節の変わり目は大人も子どもも体が疲れやすい時期です。
衣服を上手に調節しながら元気に過ごしましょう。

お散歩も心地よいこの季節。お散歩で拾ってきたどんぐりを使って簡単にできるどんぐりマラカスを紹介します。『自分が動かすと音が鳴る』という気づきや「もっとやってみたい」という意欲につながり、豊かな聴覚や五感を刺激してくれるおもちゃです。



どんぐりマラカス

【用意するもの】

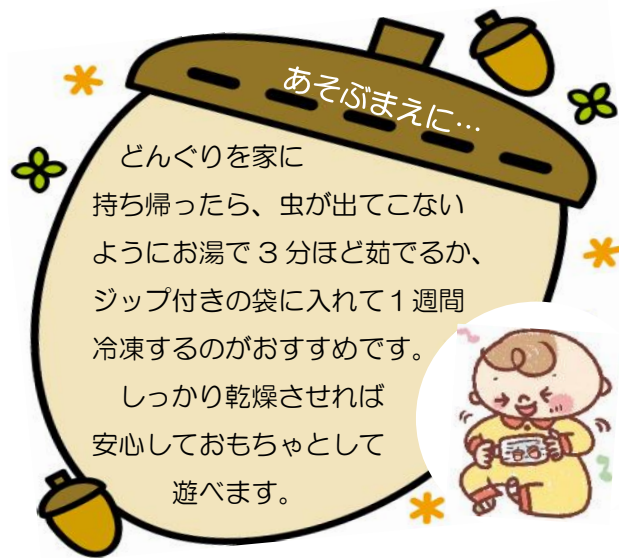
- ・どんぐり（数個）
- ・ビーズなど
- ・空のペットボトル
- ・ビニールテープ



【作り方】

- ① よく乾かした容器の中にどんぐりや好きなビーズを入れます。
- ② フタを閉め、子どもが誤って開けないようにビニールテープでぐるぐる巻きに固定したら完成です

※まだ、なんでも口にもっていく年齢のお子さんは
大人がそばで見守りましょう。



園開放

○場所 子育て支援センター（二葉きらり園内）園庭・園舎

☎ 46-2767・46-2575

開放日 毎週 月～金曜日 9：00～16：00

○場所 長島こども園 園庭のみ ☎ 46-2007

開放日 毎週 水曜日 9：30～11：00



子育て支援センターの職員が常駐していますので、初めての方でも安心して利用していただけます。園庭・園舎では、園で使っているおもちゃや、手作りおもちゃで遊べます。

<10月の行事予定>

みんなの広場「作ってみよう」

○日時 10月8日(木)9:30 受付 10:00～

○場所 子育て支援センター・子育て支援室
(二葉きらり園内)

○持ち物 水筒(お茶かお水)、各自必要な物

○内容 和紙を使い、にじみ絵をして遊びましょう

★申し込み締切……10月7日(水)

※今後の予定…11月12日(木)

『小麦粉粘土であそぼう』



【給食試食会のお知らせ】

【日時】 10月8日(木) 11：30～13：00

【場所】 子育て支援センター・子育て支援室（二葉きらり園内）

【メニュー】 魚肉ソーセージ炒め・ビーフンと胡瓜の酢の物
いわしのつみれ汁・オレンジ

【持ち物】 お弁当箱に白いご飯（2人分）、お箸又はスプーン、
おしぼり、水筒（お茶か水）

【費用】 親子500円（一人250円）※当日に集金

★申し込み締切…10月7日(水)

※先着2組まで

※今後の予定…11月12日(木)

※みんなの広場、給食試食会ともに前日までの

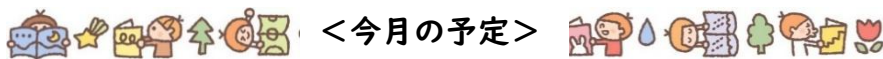
申し込みになっております。ぜひご参加ください。

平泉町子育て支援センター（二葉きらり園内）☎46-2767・2575

ピヨピヨ広場

9月2日のピヨピヨ広場は、3組の親子の参加で行いました。大型絵本の読み聞かせでは、大きな絵に引き付けられ、目をくぎ付けにしているこども達のかわいい姿が見られました。

読み聞かせの後は、防災週間にちなみ一関西消防署平泉分署の職員の方をお招きして『心肺蘇生法講習会』を行い、実践も交えながら、こどもの予期せぬ事故とその予防法、もしもの時の対処法のポイントなどをお聞きしました。日頃から事故防止に努め、もしもの時にも慌てず対応できるよう、正しい知識を家族みんなで身につけていきましょう。



＜今月の予定＞

日時 10月1日(木) 9:30～
内容 身体測定、個別相談、絵本の読み聞かせ
場所 平泉町学習交流施設エピカ
 IFだんらんコーナー・おはなし室
持ち物 母子健康手帳、赤ちゃんに必要な物
 (おむつ、ミルク、タオルなど)



●相談等については個別でも対応しています。希望される方は、平泉町子育て支援課(Tel 34-5548)へご連絡ください。

ピヨピヨ広場 次回予定
11月 4日(水)



★平泉町福祉活動センター アピュイ★

就学前から小学生くらいまでのお子様が遊べる遊戯室を常時開放し、町内外を問わず、予約なしで誰でも利用することができます。とても広い遊戯室にボールプールや滑り台を設置しており、絵本やおもちゃも自由につかって遊べます。館内は冷暖房完備しております。お気軽にご利用ください。

- ◆場所 平泉町福祉活動センター アピュイ
- ◆開館時間 10:00～16:30 保護者同伴の未就学児
15:00～16:30 小学生
- ◆休館日 10月2日、6日、9日、15日、16日、20日、30日
土日祝日
※行事等が入った場合、休館になることがあります
- ◆電話 46-5658



☆☆☆ 手作りおやつ **「かぼちゃポーロ」の紹介**



秋にぴったりのかぼちゃを使ったおやつを紹介します。お子さんと一緒に作ってみてはいかがでしょうか。

- 【材料】 (2～3人分)**
- ・かぼちゃ (30グラム)
 - ・砂糖 (25グラム)
 - ・油 (大さじ1)
 - ・調整豆乳 (小さじ1.5)
 - ・米粉 (30グラム)
 - ・片栗粉 (15グラム)
 - ・ベーキングパウダー (2.5グラム)

- 【作り方】**
1. かぼちゃを蒸し、熱いうちにつぶして砂糖と油、調整豆乳を入れて混ぜる。
 2. ボウルに米粉、ベーキングパウダー、片栗粉、を入れ混ぜ合わせる。
 3. 1に2を加えて混ぜ、生地をまとめる
 4. 一口大ずつ丸めて天板に並べ、160℃のオーブンで10分焼いた後、150℃で10分焼く

